

Unidad didáctica. Con tu ayuda ganamos todos

Autor: Gálvez Fernández, Ismael (Graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Profesor de Educación Física).

Público: Profesores de educación física. **Materia:** Educación física. **Idioma:** Español.

Título: Unidad didáctica. Con tu ayuda ganamos todos.

Resumen

Con el desarrollo de esta unidad didáctica se va a desarrollar una serie de competencias en el alumnado que les permitan ser mejores personas, y poder relacionarse mejor con los demás. Para ello la comunicación interpersonal tiene un papel fundamental. Se debe de conocer que esta unidad didáctica se basa en la adquisición de los valores del trabajo en equipo desde la asignatura de educación física en Educación Secundaria Obligatoria.

Palabras clave: Educación Física, trabajo en equipo, Unidad didáctica, Educación Secundaria.

Title: With your help we all win. Didactic unit.

Abstract

With the development of this didactic unit will develop a series of competencies in the students that allow them to be better people, and to be able to relate better with others. For this, interpersonal communication plays a fundamental role. It should be known that this didactic unit is based on the acquisition of the values of teamwork from the subject of physical education (P. E.) in Compulsory Secondary Education.

Keywords: Physical Education, teamwork, Teaching unit, Secondary Education.

Recibido 2017-07-04; Aceptado 2017-08-14; Publicado 2017-08-25; Código PD: 086010

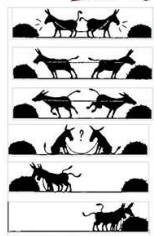
1. INTRODUCCIÓN

Con el desarrollo de esta unidad didáctica vamos a desarrollar una serie de competencias en el alumnado que les permitan ser mejores personas, y poder relacionarse mejor con los demás. Para ello la comunicación interpersonal tiene un papel fundamental.

Debemos de conocer que nuestra unidad didáctica se basa en la adquisición de los valores del trabajo en equipo desde la asignatura de educación física.

En el siguiente gráfico se observan algunas frases e imágenes que definen algunas de las características más importantes del trabajo en equipo y que por lo tanto se tendrán en cuenta con el desarrollo de la unidad didáctica.

*“Reunirse en equipo es el principio.
Mantenerse en equipo es el progreso.
Trabajar en equipo asegura el éxito.”*



*“Ningún grupo puede actuar con eficacia si falta el concierto;
ningún grupo puede actuar en concierto si falta la confianza;
ningún grupo puede actuar con confianza si no se halla ligado por
opiniones comunes, afectos comunes, intereses comunes.”*

*¡El éxito de trabajo en equipo es
responsabilidad de todos los que lo
conforman!*

*“Trabajar en equipo divide el trabajo y
multiplica los resultados”*



En las imágenes se observan la importancia de la cooperación en trabajo en equipo, de forma que tenemos que ir todos con una misma intención. Esa intención es la de sumar en beneficio de todos.

En base a estas frases se genera el título de la unidad didáctica: **“Con tu ayuda todos ganamos, 3+1=5”**

2. JUSTIFICACIÓN.

La unidad didáctica que voy a desarrollar a continuación titulada **“Con tu ayuda todos ganamos, 3+1=5”**, tiene la finalidad de desarrollar la cooperación como elemento fundamental del trabajo en equipo.

La intención de llevar a cabo esta unidad didáctica no es ningún capricho personal, sino un reclamo de la sociedad. Actualmente, en cualquiera de las funciones que podamos desempeñar, el trabajo en equipo es un elemento que aparece con frecuencia. Por lo tanto, debemos considerar que es de vital importancia adquirir una serie de competencias mínimas relacionadas con la materia, antes de acabar los Estudios de Enseñanza Secundaria Obligatoria (E.S.O.).

De esta forma, desde nuestra asignatura podemos hacer que los alumnos aumenten su bagaje, se formen como personas y en este caso para afrontar las responsabilidades del trabajo en equipo.

Gracias a los juegos cooperativos, los jóvenes pueden aprender a compartir, relacionarse con otros, preocuparse por los sentimientos de los demás, trabajar juntos por un mismo objetivo y, por lo tanto, aprender a ganar o perder como un grupo. El juego cooperativo plantea una actividad colectiva interdependiente que demanda colaboración, ayuda recíproca, comunicación y coordinación de acciones entre los participantes en la búsqueda y puesta en práctica de soluciones motrices que den respuesta a las situaciones.

Las clases de educación física y el desarrollo interdisciplinar que haremos de ellas, se convertirán en el eje en torno al cual va a girar la consecución de nuestros objetivos; el trabajo cooperativo en equipo y basado en la educación en valores, que se acerque a las necesidades, intereses y motivaciones de nuestro alumnado para conseguir un verdadero aprendizaje significativo. Todo esto a través de una propuesta de actividades llamativa y motivante hacia los alumnos, con variedad de juegos cooperativos y de desarrollo grupal.

Esta U. D. está compuesta de 6 sesiones en base a la adquisición de los objetivos propuestos por parte de los alumnos. Estas sesiones podrán aumentarse ya que se desarrollaran en tres fases o etapas con unos objetivos específicos por fase, de modo que si es necesario aumentar el número de sesiones de una fase para poder alcanzar las competencias de esa fase será posible.

La unidad va ser desarrollada de forma interdisciplinar combinando juegos recreativos, expresión corporal, actividades relacionadas con el medio natural, deportes colectivos.

Durante el transcurso de las sesiones los alumnos serán divididos por grupos, de forma que estos irán variándose, para que de este modo se den múltiples posibilidades de grupos diferentes. Para la formación de los grupos se empleará un sistema novedosa, que dependerá de una carta perteneciente a la Baraja Española pegada en un cartón de color, que será entrega a cada alumno al comenzar la U. D.

Esta U. D. va dirigida a alumnos de 1º ciclo de secundaria, concretamente 2º. Se llevará a cabo dentro del segundo trimestre, una vez que se hayan trabajado los juegos y deportes individuales, y de forma previa al trabajo de deportes colectivos.

3. OBJETIVOS.

La Unidad Didáctica tiene un único objetivo, pudiéndose conocer como la base de ella y a partir del cual se formulan todos los demás:

Desarrollar la cooperación como elemento fundamental del trabajo en equipo.

Los demás objetivos de nuestra unidad didáctica se llevarán a cabo por fases, de forma que habrá que alcanzar las competencias de una fase para poder pasar a la siguiente. De todas formas los objetivos de fases anteriores se seguirán teniendo en cuenta en las sucesivas:

Etapa 1: Aprendemos a cooperar

- Realizar tareas de forma coordinada.
- Fomentar el respeto como elemento esencial de convivencia
- Disfrutar con la actividad física adquiriendo valores de colaboración y amistad.
- Emplear el dialogo como medio de comunicación e interacción.
- Diferenciar la colaboración de la oposición.
- Cooperar con la finalidad de alcanzar un objetivo común.

Etapa 2: Equipos autosuficientes.

- Promover la participación, la desinhibición personal y la compenetración grupal.
- Desarrollar la iniciativa individual en favor del grupo.
- Impulsar la creatividad del alumnado.
- Integrar actividades y funciones realizadas por diferentes personas.
- Compartir responsabilidades.

Etapa 3: Cooperamos con oposición.

- Planificar en equipo para alcanzar un objetivo común.
- Respetar las normas de los deportes de equipo.

4. CONTENIDOS.

- Indagar sobre el significado e implicación que conlleva el trabajo en equipo
- Diferenciar cooperación de oposición.
- Saber si el trabajo en equipo es beneficioso.
- Fomentar la interrelación del alumnado.
- Conocer los aspectos fundamentales del trabajo en equipo.
- Definir unas normas de funcionamiento.
- Realización tareas en grupo de forma cooperativa
- Conocer la forma de trabajo de diferentes compañeros
- Ejecución tareas que permitan mejorar la eficacia del equipo.
- Adaptación los ejercicios al nivel del grupo.
- Puesta en práctica de tareas que motiven al alumnado.
- Desinhibición del alumnado a través de tareas grupales.
- Aprovechamiento de las capacidades individuales en beneficio del grupo.
- Búsqueda documental sobre aspectos importantes en el trabajo en equipo.
- Empleo de manifestaciones expresivas para adquirir conocimientos.
- Resolución grupal de conflictos
- Llevar a cabo actividades y juegos que faciliten las relaciones afectivas de los grupos.
- Respeto hacia compañeros, profesor, material y normas.
- Superación de los restos propuestos.
- Participación de todos por igual.
- Aceptación de los propios límites del individuo y reconocimiento de las capacidades de los compañeros.
- Implicación y colaboración con el grupo.
- Eliminación de inhibiciones y complejos.
- Disfrute de la actividad deportiva.
- Disposición de esfuerzo, superación y auto-exigencia.
- Reconocimiento a los demás.
- Responsabilidad individual dentro del conjunto.
- Fomento del espíritu de equipo y del trabajo en grupo como medio para conseguir objetivos mayores.
- Lealtad consigo mismo y con los demás.

5. COMPETENCIAS BÁSICAS.

En este apartado voy a mostrar las competencias básicas que vamos a desarrollar con la unidad didáctica de las recogidas en el B.O.E.

Al tratarse de una unidad didáctica interdisciplinar se recogerán contenidos pertenecientes a los diferentes bloques, como son los que se muestran a continuación:

Bloque 1. Condición física y salud

- Identificación y realización de juegos y ejercicios dirigidos al calentamiento.

Bloque 2. Juegos y deporte

- Respeto y aceptación de las normas de los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo.
- Autocontrol ante las situaciones de contacto físico que se dan en los juegos y deportes.
- Cooperación en las funciones atribuidas dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos comunes.
- Tolerancia y deportividad por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.

Bloque 3. Expresión corporal

- El lenguaje corporal y la comunicación no verbal.
- Realización de improvisaciones colectivas como medio de comunicación espontánea.
- Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás.

Bloque 4. Actividades en el medio natural.

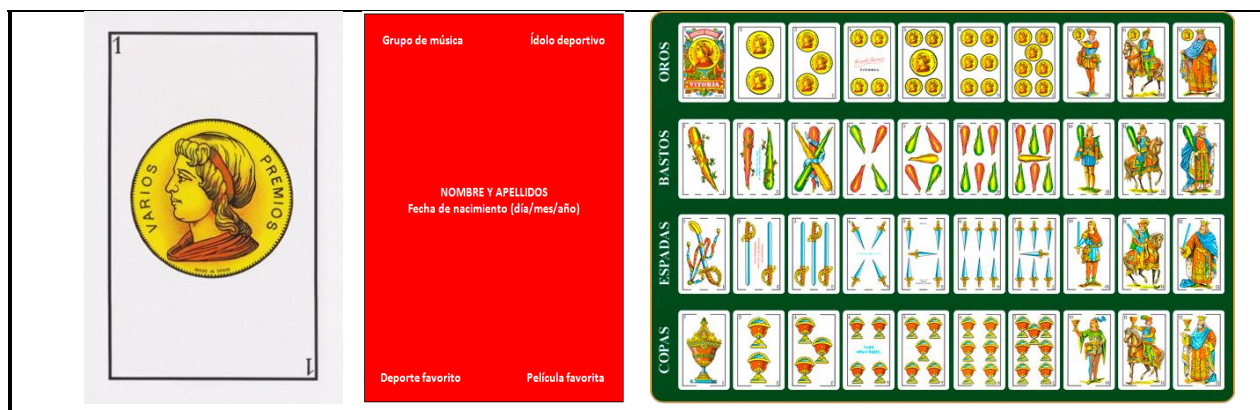
- Realización de recorridos de orientación, a partir del uso de elementos básicos de orientación natural y de la utilización de mapas.

6. SESIONES.

ETAPA 1: APRENDEMOS A COOPERAR	
Objetivo/s de la etapa	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realizar tareas de forma coordinada. ✓ Fomentar el respeto como elemento esencial de convivencia ✓ Disfrutar con la actividad física adquiriendo valores de colaboración y amistad. ✓ Emplear el dialogo como medio de comunicación e interacción. ✓ Diferenciar la colaboración de la oposición. ✓ Cooperar con la finalidad de alcanzar un objetivo común.

SESIÓN 1: ¿Colaboro o me opongo a mi pareja?	
Objetivo/s de la sesión	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cooperar en parejas. ➤ Conocer nuestros compañeros. ➤ Intercambiar opiniones a través de la comunicación
Organización	Comenzaremos la sesión con el grupo completo distribuido por el espacio, a partir de ahí nos colocaremos en pareja de diferente numero y palo que ira variando para cada una de las tareas.
Material	Cartulinas, lápices, colchonetas y balones.
DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN	
En esta sesión vamos a realizar numerosas actividades en parejas, con diferentes compañeros. Estas actividades nos permitirán conocer el término de cooperación y su significado que tiene en la práctica.	

TAREAS			
EJERCICIO PARA CONOCER LA U.D.			
Nombre	¿Qué vamos a hacer los próximos días?		
Material	Cartulinas y lápices.	Duración	10'
Desarrollo	<p>El profesor explicará a los alumnos cual será el funcionamiento que se llevara a cabo durante las próximas clases (pertenecientes a esta unidad didáctica). Para ello el profesor asignará a cada alumno una carta de la baraja española que llevará por detrás uno de los 5 colores posibles que hay. En esta parte de detrás cada alumno deberá de escribir datos como: nombre, fecha de nacimiento, grupo de música favorito, ídolo deportivo, deporte favorito, película favorita.</p> <p>Las figuras de las cartas podrán ser diseñadas por los propios alumnos en la asignatura de dibujo, de esta forma favorecemos una enseñanza multidisciplinaria.</p>		
Representación Gráfica			

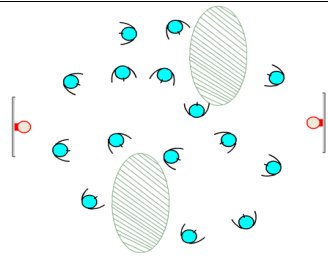
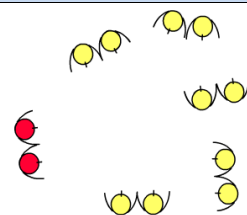



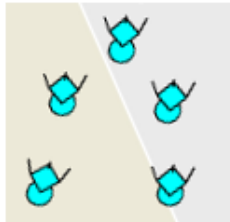
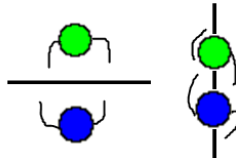

EJERCICIO DE CALENTAMIENTO Nº 1

Nombre	"Conocemos las demás cartas"		
Material	Ninguno	Duración	10'
Desarrollo	Nos desplazamos por el espacio durante 5', con el objetivo de conocer el mayor número de cartas (compañeros) posibles. Posteriormente el profesor preguntará para saber quien ha conocido más, de forma que los alumnos serán los encargados de presentar a sus compañeros. Para comenzar la U.D. didáctica comenzaremos nombrando entre todos el alumno que con más personas y de mejor forma se ha comunicado.		
Variantes	<p>Obligar a que cada alumno deba de conocer al menos cinco compañeros.</p> <p>Permitir o evitar que se lean las cartas o no en función de si queremos favorecer más o menos la comunicación.</p>	Representación Gráfica	

EJERCICIO CALENTAMIENTO Nº 2

Nombre	Al ritmo que marca el profesor.		
Material	Ninguno.	Duración	5'
Desarrollo	Por el espacio los alumnos se desplazarán de forma individual, cambiando de dirección de forma libre. Durante estos desplazamientos el profesor incluirá diferentes ejercicios de movilidad de brazos y piernas. A la vez introducirá de forma imprevista para el alumnado variantes repentinas para conocer el espacio deportivo en el que nos encontramos, como: grupos de 4 personas del mismo número, grupos de 10 de un mismo palo, todo el mundo toca algo de color amarillo, grupos de 4 de forma libre en los que una persona no puede tocar el suelo. Finalizar haciendo parejas de diferente palo, número y color, que nos servirán para el resto de la sesión.		
Variantes	Incluir nuevas variantes como	Representación Gráfica	

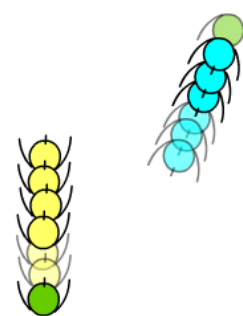
	colocarnos todos delante de una portería, debajo de una canasta, sobre la línea de voleibol, en el área de futbol sala, etc.		
EJERCICIO Nº 1			
Nombre	Pilla-pilla por parejas		
Material	Ninguno	Duración	5'
Desarrollo	Por parejas cogidos de la mano, evitar que nos toque la/s pareja/s que estén pillando en ese momento. Para pillar será suficiente con tocar una pareja, de forma que la pareja pillada pasara a pillar.		
Variantes	Para dificultar la tarea realizar el mismo juego por tríos.	Representación Gráfica	
			
EJERCICIO Nº 4			
Nombre	¿Qué pareja va y vuelve antes?		
Material	Colchonetas (1 por pareja)	Duración	5'
Desarrollo	Uno de los alumnos se sienta sobre una colchoneta, mientras que el otro lo arrastra desde un punto hasta llegar a otro punto, una distancia de unos 25 metros, a la vuelta se cambian los roles las parejas. Ganara la pareja que antes consiga ir y volver.		
Variantes	Como variante realizaremos deslizamientos tirándonos en plancha sobre la colchoneta, de modo que cada pareja deberá de ir y volver de un punto a otro lo más rápido posible. Cada alumno decidirá qué carrera coger para deslizarse más.	Representación Gráfica	
			
EJERCICIO Nº 5			
Nombre	Carreras por parejas.		
Material	Ninguno	Duración	5'
Desarrollo	Desarrollamos nuestras habilidades y/o fuerza. Realizar carreras de carretillas, o con nuestro compañero a cuesta para desarrollar un poco de componente de fuerza. Para desarrollar nuestra habilidad realizar relevos con un balón botando ida y vuelta o con el balón en los pies.		

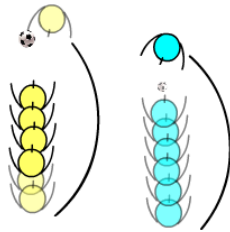
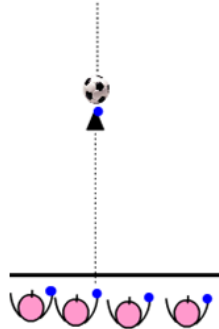
Variantes	Para desarrollar nuestra habilidad realizar relevos con un balón botando ida y vuelta o con el balón en los pies.		Representación Gráfica	
				
EJERCICIO Nº 6				
Nombre	Desequilibrio a mi pareja			
Material	Ninguno		Duración	5'
Desarrollo	Realizar disequilibrios frontales y laterales sobre mi pareja, para ello tomaremos una línea de referencia. Este ejercicio además de trabajar nuestra fuerza, nos permite diferenciar cuando estamos cooperando de cuando somos oponentes.			
Variantes	Realizar los disequilibrios con materiales alternativos, como picas o cuerdas.		Representación Gráfica	
				
VUELTA A LA CALMA				
Nombre	Masaje de relajación			
Material	Balones de plástico.		Duración	
Desarrollo	Masaje con balón por parejas, mientras uno se tumba el otro le pasará un balón de plástico (típico de gimnasia rítmica) por la espalda y piernas del compañero. A la mitad del tiempo se realizará el pertinente cambio.			
Variantes	Realizar el masaje de relajación con las propias manos, sin emplear balones o material alternativo.		Representación Gráfica	
				

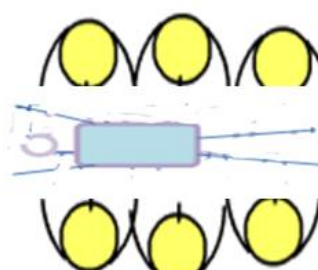
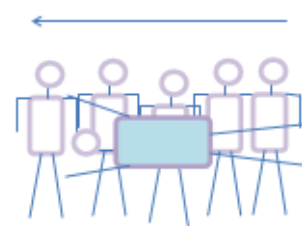
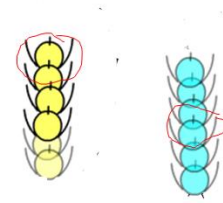
INFORMACIÓN FINAL DE LA SESIÓN

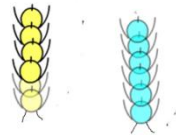


Al finalizar la clase cada alumno deberá dejar escrito en un papel, de todas las parejas que ha tenido a lo largo de la sesión cual ha sido el compañero mas cooperativo, asignándole las puntuaciones de: 1º 5 puntos; 2º 3 puntos y 3º 1 punto.

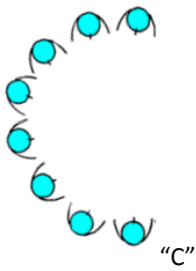
SESIÓN 2: Cooperamos por números y colores.	
Objetivo/s de la sesión	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Confiar en los componentes del grupo. ➤ Trabajar de forma coordinada. ➤ Ser creativos. ➤ Disfrutar cooperando.
Organización	Al principio de la sesión no distribuiremos en grupos por números, que serán no superiores a 4 personas, y posteriormente realizaremos tareas en grupos por colores no superiores a 8 personas.
Material	Pañuelos de telas, pelotas, aros, balones, colchonetas y bancos suecos.
DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN	
<p>La sesión contara con numerosos juegos de cooperación que nos permitirán aprender y asentar los objetivos generales de esta fase de la U. D.</p> <p>Para ello trabajaremos agrupándonos en dos equipos diferentes, los que nos permitirá conocer al final de la sesión cuales han sido los equipos que mejor se han coordinado para ganar en las diferentes pruebas.</p>	

TAREAS			
EJERCICIO DE CALENTAMIENTO Nº 1			
Nombre	Cadenas enfrentadas		
Material	Ninguno	Duración	8'
Desarrollo	La clase se divide en grupos en función del número de la carta que tenía cada jugador, cada grupo se colocara en fila, de forma que cada uno se agarra a los hombros del que tiene delante. La cabeza de una cadena deberá de unirse a la cola de la otra cadena evitando a su vez que la otra cadena haga lo mismo. Para ello no podrá soltarse ninguno de los componentes de la cadena.		
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Cambiar los componentes de cada grupo.- Realizar la misma actividad con mas componentes	Representación Gráfica	
			
EJERCICIO Nº 1			
Nombre	Abrimos las piernas		
Material	Pelotas	Duración	5'

Desarrollo	Los mismos grupos y en una disposición semejante hacer un tipo de carrera de relevos consistente el primero de la fila lanza la pelota por debajo de las piernas de los compañeros, la coge el ultimo y pasa a ser el primero saliéndose de la fila. Así sucesivamente hasta llegar al punto final propuesto.		
Variantes	Realizar la misma tarea empleando solo las piernas, sin poder tocar la pelota en ningún momento con las manos.	Representación Gráfica	
			
EJERCICIO Nº 2			
Nombre	Desplazamos el balón.		
Material	Balones y pelotas pequeñas.	Duración	5'
Desarrollo	Cada grupo de cuatro componentes deberá de alejar lo máximo posible el balón, lanzando pelotas pequeñas.		
Variantes	Realizar el mismo juego con dos equipos enfrentados en los que unos lanzan las pelotas con tal de mover el balón hacia el equipo contrario y viceversa.	Representación Gráfica	
			
EJERCICIO Nº 3			
Nombre	Caída libre		
Material	Ninguno	Duración	
Desarrollo	La clase se dividirá en 5 grupos en función del color de la cartulina que tiene cada grupo. Es un juego que tiene como objetivo tomar confianza con los demás componentes del grupo y en ningún caso se compite contra los demás grupos. Uno de los componentes del grupo se sube en un planto, mesa, escalón o similar, dejándose caer de espaldas sobre los brazos de los compañeros. Se realizaran tantas repeticiones como componentes tengan los equipos, una caída por cada alumno.		
Variantes	-Realizar caídas de diferente tipo.	Representación Gráfica	

	<p>- Hacer grupos más pequeños para poder hacer mas repeticiones que te permitan ganar la confianza de los demás aunque no te dejes caer de demasiada altura.</p>			
EJERCICIO Nº 4				
Nombre	Giramos como troncos			
Material	Ninguno		Duración	5'
Desarrollo	Especie de carrera de relevos en la que el equipo avanza gracias a que girando como troncos conseguimos parar los componentes del grupo desde el último al primero.			
Variantes	<p>-Avanzar de forma que siempre se encuentra el mismo arriba.</p> <p>-Aumentar o disminuir la distancia a recorrer</p>		Representación Gráfica	
				
EJERCICIO Nº 5				
Nombre	Pasar el aro sin soltarnos			
Material	Aros		Duración	5'
Desarrollo	Distribuidos en los grupos por colores, conseguir pasar 5 aros del primero al último antes que los demás equipos y sin soltarnos, para ello nos cogeremos de la mano del compañero de delante y detrás por medio de las piernas, en forma de tren.			
Variantes	<p>En fila pero sin cogerse de las manos pasarse una pelota pequeña que tendremos sujeta entre la barbilla y el pecho.</p>		Representación Gráfica	
				
EJERCICIO Nº 6				
Nombre	Carrera de ciempiés.			
Material	Ninguno.		Duración	5'
Desarrollo	Con los equipos por colores realizar una carrera en la que todos los alumnos deberán utilizar las manos y solo uno podrá emplear también las piernas. Cada equipo deberá			

	descubrir cómo deben de recorrer la distancia propuesta.		
Variantes	-Permitir que mayor número de participantes hagan uso de sus piernas. -Recorrer una mayor o menor distancia en función de la dificultad que entrañe el juego.	Representación Gráfica	
			
EJERCICIO Nº 7			
Nombre	Cruzar el río		
Material	Colchonetas	Duración	
Desarrollo	Cada uno de los miembros de un equipo de color deberán de recorrer una distancia propuesta empleando dos colchonetas y sin poder estar en contacto directo con el suelo en ningún momento.		
Variantes	-Emplear aros en lugar de colchonetas. -Aumentar o disminuir la distancia en función de la dificultad entrañada,	Representación Gráfica	
			
EJERCICIO Nº 8			
Nombre	Cuerda ordenada		
Material	Bancos suecos	Duración	5'
Desarrollo	Los componentes de los equipos de cada color deberán de subirse en un banco sueco. De forma que en función diga el profesor se deberán de ordenar por edad, letra por la que comienza el nombre, estatura, número de su carta, etc. Para ello cada vez que algún componente ponga un pie en el suelo se le restará un punto al equipo.		
Variantes	Sobre el banco sueco realizar acciones de ponerte a la pata coja, en cuclillas.	Representación Gráfica	
			
VUELTA A LA CALMA			
Nombre	Acertamos las letras.		

Material	Ninguno.	Duración	7'
Desarrollo	Cada uno de los equipos de color deberá de representar una letra que ha sido asignada por el profesor. Para ello cada uno de los componentes de los equipos deberá estirarse tumbados en el suelo. Los demás grupos irán realizando su letra de uno en uno con la intención de que los demás grupos lo apunten en un papel la letra que creen que expresan y ganara el grupo que mas letras acierte. Mientras que le toca a cada grupo representar su letra los demás alumnos estarán estirando.		
Variantes	Representar figuras geométricas u objetos en lugar de letras.	Representación Gráfica	
			

INFORMACIÓN FINAL DE LA SESIÓN

Al finalizar la sesión se verá cuales han sido los equipos que han ganado durante la sesión. Habrá un ganador de los equipos por números en función de los primeros juegos de la sesión, y otro ganador del equipo por color en función de las actividades realizadas con los equipos de colores. De esta forma podremos valorar en que equipos se encuentran los alumnos que mejor cooperan.

ETAPA 2: EQUIPOS AUTOSUFICIENTES


Objetivo/s de la etapa	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Promover la participación, la desinhibición personal y la compenetración grupal. ✓ Desarrollar la iniciativa individual en favor del grupo. ✓ Impulsar la creatividad del alumnado. ✓ Integrar actividades y funciones realizadas por diferentes personas. ✓ Compartir responsabilidades.
------------------------	---

SESIÓN 1: Expresamos y comunicamos

Objetivo/s de la sesión	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Conocer los aspectos fundamentales del trabajo en equipo. ➤ Adquirir protagonismo en el grupo. ➤ Expresar estados de ánimo.
Organización	División de la clase en equipos por colores.

Material	Dependerá de los alumnos.
DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN	
<p>Para esta sesión se dividirá la clase por palos de forma que el profesor le asignara a cada grupo (copa, basto, oro, pincho) un tema para realizar un trabajo que deberán de entregar antes de clase. Cada componente de grupo buscara información de forma individual, acerca de una de las temáticas que comentaremos a continuación, debiendo de realizar un trabajo de ese tema y añadir una propuesta de cómo realizaría una representación teatral no superior a 4 minutos. Los temas de representación estarán relacionado con el trabajo en equipo, son los siguientes: cooperación, cohesión, comunicación, y asignación de roles.</p> <p>Por lo que durante la sesión plantearemos dos problemas que los alumnos deberán de ser capaces de resolver en la mayor brevedad de tiempo.</p>	

TAREAS			
EJERCICIO Nº 1			
Nombre	Elección del teatro y ensayo.		
Material	Ninguno	Duración	20'
Desarrollo	Cada uno de los grupos por palos se reunirá, debiendo realizar una puesta en común de las propuestas de representación teatral, elegir una de ellas y ensayarla en un tiempo máximo de 20 minutos.		
EJERCICIO Nº 2			
Nombre	Puesta en escena.		
Material	Cada grupo decidirá.	Duración	
Desarrollo	Cada uno de los grupos por palos, representara su obra de teatro, de forma que los demás grupos verán las obras de los demás y deberán de adivinar cuál es el objetivo del trabajo en equipo representado. También se comentará en qué consiste ese objetivo de forma común.		
EJERCICIO Nº 3			
Nombre	Alfabeto humano		
Material	Ninguno	Duración	15'
Desarrollo	Cada grupo por palo deberá ponerse de acuerdo para formar una palabra que exprese el estado de ánimo del equipo, empleando todos los componentes del grupo y teniendo en cuenta como se forma cada una de las letras de la palabra. Para ponerse de acuerdo y resolver el problema cada grupo dispondrá de 10 minutos. Posteriormente cada grupo mostrará su montaje a los demás.		
Variantes	Realizar una figura de acrosport	Representación Gráfica	

	que variará en función del número de componentes. De este modo cada alumno deberá de asumir un rol en función de sus cualidades. El profesor dará imágenes de figuras con diferente nº de componentes.	
--	--	--

INFORMACIÓN FINAL DE LA SESIÓN

Al finalizar la sesión se dirá cual ha sido el grupo que ha ganado durante la sesión, a partir de las dos grandes tareas realizadas.

SESIÓN 2: Equipo eficaz.

Objetivo/s de la sesión		<ul style="list-style-type: none">➤ Trabajar en equipo.➤ Superar retos de forma coordinada.➤ Mejorar nuestra orientación con la ayuda de un mapa.
Organización	Durante esta sesión nos dividiremos en grupos por colores, de esta forma desarrollaremos una gran gymkana, en la que descubriremos que equipo es el más eficaz.	
Material	A elegir en función de la disponibilidad del centro.	
DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN		
La sesión consistirá en el realización de una gymkana por equipos con la finalidad de alcanzar los objetivos de la etapa.		

TAREA

GYMKANA

Nombre	Sin límites...		
Material	Mapas, cuerdas,...	Duración	55'
Desarrollo	<p>Se realizará una gymkana por equipos de color. Esta gymkana consistirá en buscar el máximo número de pistas y superar el mayor número de pruebas de todas las propuestas durante el recorrido. Las pistas se encontraran repartidas por todo el Centro Escolar, de forma que habrá algunas de forma visible en el mapa y otras deberán ser encontradas a partir de acertijos. Para la realización de la actividad todos los componentes del equipo de color deberán ir atados unos a otros de las manos, sin poder soltarse en ningún momento.</p> <p>Las pistas que se encuentran en el mapa serian las más fáciles de identificar, pero en algunos casos de unas pistas encontradas nos pueden mandar a otras sin tener que mirar el mapa, para ello se emplearan frases como: "si tienes sed...". Sin embargo, donde hay algunas pistas se nos pueden plantear a veces retos como montar una tienda de campaña.</p>		

INFORMACIÓN FINAL DE LA SESIÓN

Al finalizar la gymkana se realizará el recuento de puntos obtenidos y por tanto descubriremos el equipo ganador de la sesión.

ETAPA 3: COOPERAMOS CON OPOSICIÓN

Objetivo/s de la etapa

- Planificar en equipo para alcanzar un objetivo común.
- Respetar las normas de los deportes de equipo.

SESIÓN 1: Jugamos con oposición directa

Objetivo/s de la sesión

- Mejorar resistencia aeróbica mediante juegos de equipo.
- Llevar a la práctica los aspectos fundamentales del trabajo en equipo adquiridos en sesiones anteriores.

Organización

Durante esta sesión nos organizaremos en grupos por colores.

Material

Aros, pelotas y conos.

DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN

Se realizará un calentamiento con todos los alumnos de forma conjunta. Posteriormente, la clase se dividirá en equipos por colores y el profesor planteará cuatro juegos. Los equipos deberán de irse retando en los diferentes juegos unos a otros, de forma que cada reto durará 5 minutos o ganará el equipo que antes obtenga 5 tantos. Al finalizar la clase nos deberemos haber jugado al menos una vez a cada juego y habernos enfrentado una vez con cada uno de los diferentes equipos. No se podrá repetir equipo y juego, habrá que ir variando. Obtendrá la victoria en esta sesión el equipo que más victorias consiga.

TAREAS

EJERCICIO DE CALENTAMIENTO Nº 1

Nombre

Me siento más rápido.

Material

Aros.

Duración

10'

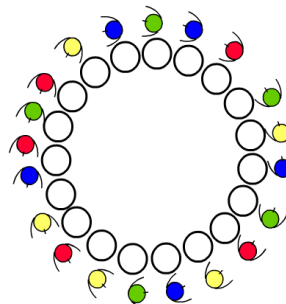
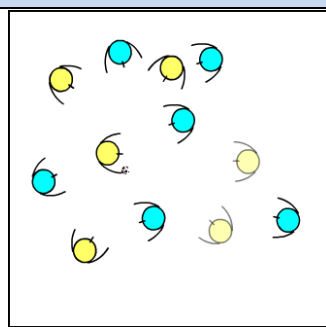
Desarrollo

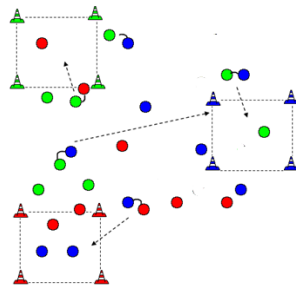
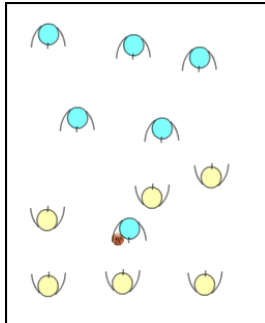
Colocamos un círculo formado por aros, siempre menos aros que personas, y comenzamos a por fuera de los aros todos en un mismo sentido, como si del juego de la silla se tratase. A la vez que estamos corriendo el profesor irá incluyendo ejercicios de movilidad, pero cuando pite con un silbato cada alumno deberá sentarse en un aro. El alumno que cada vez no encuentre aro quedará eliminado del juego, y realizará el calentamiento por separado, siguiendo las instrucciones del profesor.

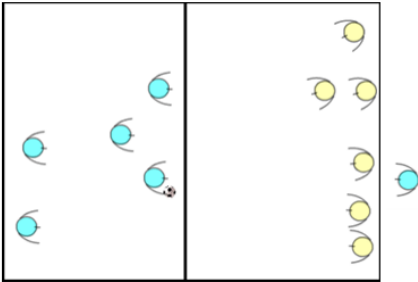
Variantes

Realizar el mismo juego pero con

Representación Gráfica

	<p>sillas.</p> <p>Emplear dos aros por cara alumno.</p> <p>Utilizar la música y cuando se pare debemos de situarnos en el aro.</p> <p>Colocarse en el aro de pie o en cuclillas.</p>		
JUEGO Nº 1			
Nombre	Diez pases.		
Material	Pelota.	Duración	5' o 5 tantos.
Desarrollo	En un espacio delimitado, deberemos de encadenar en 5 minutos mayor número de secuencias de diez pases que el otro equipo o llegar a cinco tantos. Por cada diez pases se obtendrá un tanto. No se podrá correr con balón, no se puede quitar balón de las manos, no se puede retener el balón más de 3', y sin el balón se cae o sale del terreno de juego pasará a ser del otro equipo.		
Variantes	<p>Reducir o ampliar el número de pases para obtener un tanto.</p> <p>Reducir o aumentar las dimensiones del terreno de juego.</p> <p>Obligar a jugar los pases a un toque sin poder retener la pelota.</p>	Representación Gráfica	
			
EJERCICIO Nº 2			
Nombre	Pillar sin ser pillado.		
Material	Conos.	Duración	5'
Desarrollo	Juego en el que participan los equipos de tres colores. En el ejemplo: los jugadores de cada color deben de atrapar a sus respectivos oponentes, es decir, los azules deben de atrapar a los verdes, los verdes a los rojos y los rojos a los azules, así como liberar a los compañeros del mismo color. Una vez se ha pillado a un oponente este será llevado a nuestra zona, donde podrá ser salvado por un compañero del mismo color. Mientras es transportado no puede pillar ni ser pillado por nadie. Ganara el equipo que más jugadores haya pillado y que menos le hayan pillado.		
Variantes	Realizar el mismo juego con más	Representación Gráfica	

	<p>equipos a la vez.</p> <p>Utilizar espacios más amplios, como todas las zonas descubiertas del instituto, de forma que cada color tenga su recinto en un lugar lejano al de los demás.</p>		
EJERCICIO Nº 3			
Nombre	Jugamos pensando.		
Material	Pelota.	Duración	5' o 5 tantos.
Desarrollo	<p>Se trata de una especie de partido de rugby en el que se enfrentan dos equipos. Para obtener un tanto debemos de sobre pasar la línea que delimita el campo en la zona de defensa rival. Para sobre pasar esta línea podremos correr con balón sin salirnos del campo por los laterales, pero si te tocan dos oponentes debes de soltar el balón y darlo al otro equipo. Como normas debemos conocer que con las manos solo se podrán dar pases en horizontal o hacia atrás, y con los pies se podrá pasar siempre. Ganara el equipo que más tantos consiga en 5 minutos o que antes llegue a 5 tantos.</p>		
Variantes	<p>Permitir recuperar la posesión aumentando o reduciendo el número de personas que tocan al poseedor del balón.</p> <p>Cambiar las normas de pases con las manos y los pies.</p>	Representación Gráfica	
			
EJERCICIO Nº 4			
Nombre	Quema		
Material	Pelota.	Duración	5'
Desarrollo	<p>Juego en el que se enfrentan dos equipos de forma que un equipo deberá de lanzar el balón al otro equipo con la intención de que le dé y si le caiga al suelo sin que lo pueda coger, en ese caso parara a la zona de quemados y solo podrá volver si desde allí consigue quemar a un jugador del otro equipo. Ganará el equipo que más jugadores sin quemar tenga después de 5 minutos o que antes haya conseguido ganar.</p>		
Variantes	No permitir que los quemados	Representación Gráfica	

	<p>puedan revivir.</p> <p>Permitir lanzar solo de cintura hacia abajo.</p>	
--	--	--

INFORMACIÓN FINAL DE LA SESIÓN

Al finalizar la sesión se realiza el recuento de victorias y se nombra el color del equipo ganador de la sesión.

SESIÓN 2: Iniciación a los deportes de equipo.

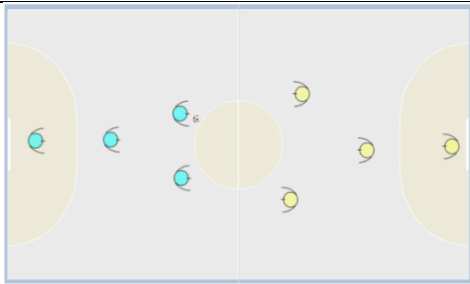
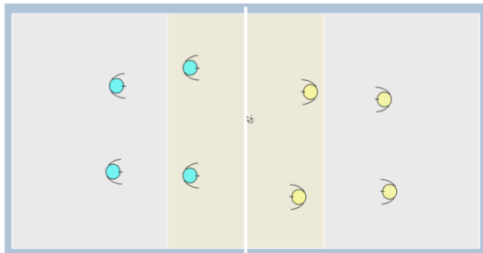
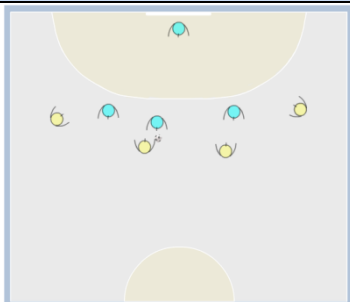
Objetivo/s de la sesión	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Llevar a cabo el trabajo en equipo a través de los deportes. ➤ Conocer aspectos fundamentales de deportes de equipos. 		
Organización	Los alumnos se clasificarán en equipos por números.		
Material	Balones de baloncesto, futbol, balonmano y voleibol.		

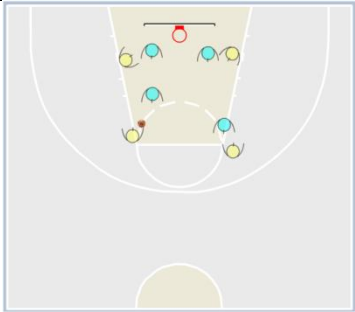
DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN

La clase se dividirá en equipos por número que realizaran el calentamiento de forma libre. Durante la sesión, los equipos se irán retando en los diferentes deportes en partidos 4x4 de 5 minutos. Es imprescindible que nos enfrentemos con todos los equipos al menos una vez y que practiquemos cada uno de los deportes dos veces por equipo. Ganará el equipo que más victorias obtenga. Los propios equipos serán los encargados de poner las reglas y respetarlas.

TAREAS

EJERCICIO DE CALENTAMIENTO Nº 1			
Nombre	Planificamos y llevamos a la práctica.		
Material	En función de los alumnos.	Duración	10'
Desarrollo	Cada equipo por número deberá de traer planificado un calentamiento, que deberá de poner en práctica antes de comenzar la sesión.		
PARTIDO Nº 1			
Nombre	Fulbito.		
Material	Balón de fútbol.	Duración	5'
Desarrollo	Partido de fútbol 4x4 en el que	Representación Gráfica	

	los equipos que se enfrenten pondrán las reglas y las llevaran a cabo.			
PARTIDO Nº 2				
Nombre	Vóley			
Material	Balón de voleibol.	Duración	5'	
Desarrollo	Partido de voleibol 4x4 en el que los equipos que se enfrenten pondrán las reglas y las llevaran a cabo.	Representación Gráfica		
				
PARTIDO Nº 3				
Nombre	Ball-mano.			
Material	Balón de balonmano	Duración	5'	
Desarrollo	Partido de balonmano 4x4, sobre una portería en el que los equipos que se enfrenten pondrán las reglas y las llevaran a cabo.	Representación Gráfica		
				
PARTIDO Nº 4				
Nombre	Basket			
Material	Balón de baloncesto	Duración	5'	
Desarrollo	Partido de baloncesto 4x4 sobre	Representación Gráfica		

	una canasta, en el que los equipos que se enfrenten pondrán las reglas y las llevarán a cabo.	
--	---	--

INFORMACIÓN FINAL DE LA SESIÓN

Al finalizar la sesión se elegirá al equipo que mejor a desarrollado sus funciones y que por tanto ha obtenido un número mayor de victorias.

7. EVALUACIÓN.

La evaluación será un proceso por el cual se podrán medir si los alumnos han alcanzado los objetivos propuestos y si han realizado las tareas pertinentes para ello.

Para llevar a cabo la evaluación habrá tres factores determinantes:

- a) **El profesor:** La evaluación realizada por el profesor tendrá un valor del 40 %, esta valoración que se hace de los alumnos se basará en los siguientes apartados:
- Colabora con los compañeros y trabaja en equipo.
 - Rechaza las actitudes de menosprecio o rivalidad.
 - Respeta a todos los compañeros.
 - Acepta y realiza con responsabilidad el papel asignado dentro del equipo.
 - Colabora y trabaja con responsabilidad en equipo.
 - Se esfuerza por lograr un fin común.

Todos estos ítems los valorará el profesor de cada alumno a nivel individual, pudiendo dar un valor máximo de 4 y un mínimo de 0.

- b) **Tareas realizadas por los equipos:** este apartado tendrá un valor del 25 %.

Para realizar las valoraciones se tendrán en cuenta los grupos o personas como es el caso de la primera sesión que han salido victoriosos. De forma que se le irá dando una puntuación en cada sesión al mejor grupo. Posteriormente, se calcularán las puntuaciones individuales teniendo en cuenta que el 25 % se corresponderá con la persona que tenga la puntuación más alta, a partir de ahí se calcularán las demás puntuaciones. Por cada sesión o actividad de los que aparecen en la unidad didáctica que suman en este apartado, se le dará un punto al equipo ganador.

- c) **Trabajo individual:** esta parte tendrá un valor del 20 % sobre la nota final en esta unidad didáctica. Para obtener la máxima nota en este apartado deberás sacar un 10 en el trabajo que mandará el profesor durante el desarrollo de la U. D.

El trabajo estará relacionado con la búsqueda documental y desarrollo de uno de los aspectos fundamentales del trabajo en equipo, como: cooperación, cohesión, comunicación y asignación de roles. Además se deberá de adjuntar una propuesta de representación teatral no superior a 4 minutos, relacionada con la temática del trabajo de cada alumno,

d) Resultados de un test socio métrico: este apartado tendrá un valor del 15 %, de forma que la nota máxima podrá ser adquirida por uno o varios de los alumnos. Para ello se realizará un test como hemos comentado anteriormente, lo que permitirá al profesor realizar un socio grama en el que se observen que alumnos son los más adecuados para trabajar en equipo según sus compañeros. Las preguntas del test serán las siguientes:

- ¿Con que compañero/s haces los trabajos habitualmente?
- ¿Con quién te irías de tapas ahora mismo? ¿Y con quien no?
- ¿Si todos los compañeros de clase estuviesen en tu equipo a quien elegirías de capitán?
- ¿Con que 5 compañeros realizarías te gustaría trabajar en un futuro? (poner por orden de preferencia)

¿Con quién no trabajarías nunca?